

市民积极行动 医院专业助力

## 我市掀起体重管理热潮

本报讯（记者 高燕）近期，“体重管理”成为备受关注的热词，健康体重也成为社会关注的新焦点。日前，记者在采访中发现，不少市民已经积极行动，将体重管理提上了日程，各医疗机构也开设相关门诊，专业助力市民减重。

“因为工作的原因，很少运动，还爱吃肉并喝个小酒，身体发福不说，还有糖尿病、高血压……”市民李先生说，下班后回家就想着歇一歇，平时也不会刻意管嘴，去年发现身边不少的同事在减肥，而且都有了效果，我也跟着大家一起“动”起来，上下班改骑自行车，到单位也很少坐电梯，改爬楼梯，在饮食上多注意，虽然瘦得不多，但身上的肉紧实了不少。市民高女士也表示，“到了一定年纪，如果不注重体重，外形不好看，衣服难买不说，还容易患上高血压、糖尿病、脂肪肝等疾病，国家喊咱减肥是有道理的。现在生活好了，体力劳动也少，管住嘴、迈开腿真的很重要。”